Скажи мені, чи є у тебе друзі, і я скажу, хто ти

Пам’ятаєте прислів’я: “Скажи мені, хто твій друг, і я скажу, хто ти”? Але можна сказати і так: “Скажи мені, чи є у тебе друзі, і я скажу, хто ти”. Якщо у людини багато друзів, то вона, певно, хороша. Адже дружба вимагає чимало душевних сил. Кожний друг займає своє місце в нашому житті, ми постійно пам’ятаємо про його справи, інтереси, намагаємося зрозуміти його і допомогти... Водночас наші думки, почуття, наша увага, наші справи важливі і потрібні нашим друзям.

Так, по-справжньому дружити нелегко... Однак шкода людей, котрі ніколи не замислювалися над цим, розгубили друзів, пошкодували для них свого часу і душевних сил, тож залишилися лише із знайомими...

«Справжні друзі... нічого не вимагають один від одного в ім'я дружби, а роблять один для одного, що можуть».
В.Г.Бєлінський

Згадайте, можливо колись ви хотіли дружити з кимось, намагалися налагодити дружні стосунки, але ваші дії не знаходили відповіді? Як ви вважаєте, чому так сталося? Може, товариші черстві? Але чи варто звинувачувати когось у бездушності? Причину слід шукати перш за все у собі!

Ситуацію можна змінити, але для цього вам ще багато доведеться попрацювати над собою. Щоб успішно сформувати характер, важливо розібратися, в чому особливості вашої товариськості. Цьому допоможе спеціальний тест.

Інструкція.

Щоб визначити коефіцієнт товариськості, треба відповісти на 16 запитань. Відповісти слід: “так”, “ні”, “інколи”. Починаємо.

1. Ти хвилюєшся, якщо на тебе чекає будь-яка звичайна зустріч (з друзями, родичами)?

2. Чи відкладаєш візити до лікаря на останній момент?

3. Викликає в тебе незадоволення, роздратування доручення виступити з доповіддю чи з повідомленням на уроці, на класній годині або зборах?

4. Тебе просять піти з дорученням в інший, зовсім незнайомий навчальний заклад. Намагатимешся не йти туди?

5. Чи любиш ти ділитися своїми переживаннями з рідними, друзями, знайомими?

6. Чи дратує тебе, якщо незнайома людина на вулиці звертається з проханням (вказати дорогу, повідомити час, відповісти на якесь запитання)?

7. Чи вважаєш ти, що існує проблема “батьків і дітей” і що людям різних поколінь важко зрозуміти одне одного?

8. Посоромишся нагадати товаришу (подрузі) про те, що він (вона) забув(ла) повернути три гривні, які давно позичив(ла) у тебе?

9. У буфеті чи в їдальні тобі подали недоброякісну страву. Промовчиш і сердито відсунеш тарілку?

10.Чи неприємно тобі, якщо, наприклад, у гостях незнайома людина чіпляється до тебе з розмовами?

11.Ти не любиш будь-яких черг (у магазині, бібліотеці, касі кінотеатру). Відмовишся у зв'язку з цим від наміру подивитися новий фільм?

12.Чи боїшся ти брати участь у будь-якому розборі конфліктних ситуацій у групі?

13.Ти не приймаєш ніяких оцінок популярної музики, фільмів, книг, які не співпадають з твоєю точкою зору?

14.Ти не будеш втручатися у спір, з'ясування якихось питань, навіть якщо знаєш правильне розв'язання?

15.Тобі легше висловити свою думку, свою точку зору в письмовій формі?

16.Чи викликає в тебе прикрість чиєсь прохання допомогти розібратися в навчальному матеріалі?

Ключ до тесту.

Тепер самі оцініть свої відповіді: за кожне "так" – 2 бали, "інколи" – 1 бал, "ні" – 0 балів. Знайдіть суму всіх балів і за класифікатором визначте, до якої категорії людей ви належите.

30 – 32 бали. Ви явно не товариська людина (некомунікабельна) і це ваша біда, оскільки від цього найбільше страждаєте самі. Але і близьким людям з вами нелегко. На вас важко покладатися у справах, які потрібно зробити усім разом, групою. Вам слід намагатися бути відвертішим, не боятися спілкуватися з ровесниками, викликати у людей довіру.

25 – 29 балів. Ви замкнені, любите бути на самоті, і тому у вас, мабуть, мало друзів. Зміна навчального закладу, перехід до іншої групи, класу і необхідність спілкуватися з новими людьми засмучують вас, псують настрій. Ви знаєте за собою цю особливість і буваєте невдоволені собою. Але у вашій волі змінити ці особливості характеру. Варто тільки захотіти. Згадайте, хіба у вас не буває, що, захоплені якоюсь цікавою справою, ви почуваєте себе вільно і невимушено, не відчуваєте ніякого страху мати той вигляд, який хочеться?

19 – 24 бали. Ви достатньою мірою комунікабельні, і в незвичних обставинах почуваєте себе досить впевнено. Нові проблеми не лякають вас. І все-таки з новими людьми знайомитесь неохоче, не любите брати участь у диспутах і суперечках. Але все це не є недоліками. В житті ви можете стати дуже приємною для оточуючих людиною.

14 – 18 балів. У вас нормальна комунікабельність. Ви допитливі, охоче слухаєте цікавого співбесідника, терплячі у спілкуванні з іншими, вмієте відстоювати свою точку зору без запальності. Без неприємних відчуттів ідете на знайомство з однолітками, але не любите галасливих компаній, балакучість викликає у вас роздратування.

8 – 13 балів. Ви дуже товариські (інколи, може, навіть надміру). Ви допитливі, балакучі, любите висловлюватися з різних питань, що, буває, викликає роздратування оточуючих. Охоче знайомитеся з новими людьми. Любите бути в центрі уваги, нікому не відмовляєте у проханнях, хоч не завжди можете їх виконати. Буває, що ви можете зірватися, але швидко відходите. Чого вам не вистачає, так це терпіння у вирішенні серйозних проблем. За наявності бажання, однак, ви можете змусити себе не відступати.

Орієнтовні правила дружби

- Пам'ятати про друга, коли його немає поряд.
- Завжди допомагати одне одному.
- Захищати друга, коли про нього погано говорять позаочі.
- Довіряти другові свої думки.
- Пробачати другові його помилки.
- Радіти успіхам і досягненням друга.
- Поздоровляти і дарувати подарунки.

4 – 7 балів. Ви, мабуть, людина “своя в дошку”. Комунікабельність б’є з вас джерелом. Ви завжди в курсі всіх справ. Любите брати участь у всіх суперечках, дискусіях, хоча серйозні проблеми викликають у вас інколи нудьгу. Всюди почуваєте себе “у своїй тарілці”. Береться за будь-яку справу, хоч не завжди вмієте довести її до кінця. З цієї причини ваші друзі і знайомі можуть ставитися до вас з певною недовірою. Варто над цим замислитися і попрацювати над собою.

3 бали і менше. Ваша товариськість носить болісний характер. Ви балакучі, багатослівні, втручаєтеся в справи, до яких не маєте ніякого відношення. Беретися судити про все на світі. Свідомо чи мимоволі часто буваєте причиною конфліктів у своєму оточенні. Ви запальні, вразливі, нерідко буваєте необ’єктивними. У школі і вдома близьким важко з вами. Увага: вам потрібно подумати і попрацювати над собою і своїм характером. Виховуйте терпимість і стриманість, з повагою ставтеся до людей.

Тепер кожний з вас дізнався про рівень своєї товариськості. Але що таке товариськість і в чому вона виявляється? Перш за все у потребі людини, у схильності до дружби. Можливо, ви хотіли б стати товариською людиною, але сором’язливість часто заважає вам у цьому... як же її подолати?

Для цього потрібно:

1. Знаходити для себе щось приємне в контактах з оточуючими людьми.

2. Бути доброзичливим до них.

3. Намагатися зацікавити інших людей спілкування із собою, для чого треба: виявляти інтерес до їхніх захоплень, проблем, співчутливо ставитись до переживань; дати їм можливість відчути себе розумними, обізнаними співрозмовниками, а не вихвалятися самому.

4. Бути ввічливим.

5. Вміти слухати інших.

6. Уміти висловлювати свою думку доречно.

7. Вміти підтримувати бесіду.

Ось у цих напрямках слід працювати над собою, і тоді не лише ви будете відчувати задоволення від спілкування з іншими людьми, а й самі будете приємним співрозмовником.

- ***Хвилинка мудрості***
- Себелюбство-отрута для дружби.
  О. Бальзак
- Справжні друзі ... нічого не вимагають один від одного в ім'я дружби, а роблять один для одного, що можуть.
  В.Г Белінський
- Дружба закінчується там , де починається недовір'я.
  Сенека
- Війна випробовує сміливця, гнів –мудреця, нужда –друга
  Східна мудрість
- Друга шукай, а знайдеш –тримай
- Не той друг, хто медом маже, а той, хто правду каже
- Дружній череді й вовк не страшний

Бажаю успіху!